



Tételes étlap 2026.02.02. - 2026.02.08.													
	Diéta		Étlap tétel	Energia (Kj)	Energia (Kcal)	Fehérje (g)	Zsír (g)	T.Zsírsv (g)	Szénhidrát (g)	Cukor (g)	Só (g)	Allergének	Fogy. ár
2026. 02. 02. hétfő	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	468,16	112,00	6,00	5,60	0,81	5,30	0,00	0,13		
			Sajtkrém, natúr	23,72	5,67	0,08	0,58	0,34	0,03	0,00	0,02		
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,60		
			Retek	0,61	0,15	0,01	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00		
		T	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
		E	Pulyka nuggets	478,61	114,50	5,50	6,50	1,50	0,85	0,00	0,08		
			Sütőtökfőzelék	777,82	186,08	5,27	2,60	0,30	33,91	0,50	0,06		
			Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01		
		U	Épres gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Zala felvágott	161,35	38,60	2,60	3,20	1,08	0,30	0,00	0,03		
			Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08		
			Zsemle	308,34	73,77	2,54	0,19	0,07	15,39	0,00	0,43		
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
			Összesen:	3 204,65	766,67	26,78	26,51	4,82	91,74	8,50	1,44		





2026. 02. 03. kedd												
(00480) Gyermek (1-3 év)												
R	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00			
	Sonkakrém házi	399,49	95,57	4,28	8,64	1,18	0,08	0,00	0,74	  		
	Burgonyás kenyér	351,12	84,00	2,56	0,24	0,08	18,32	0,00	0,32			
	Kígyóúborka	19,66	4,70	0,40	0,04	0,00	0,68	0,00	0,01			
	T Multivitaminlé, 100 %	213,93	51,18	0,65	0,18	0,00	10,90	0,00	0,00			
	E Pusztapörkölt bölcsi	1 038,59	248,47	12,37	8,26	1,72	30,32	0,00	0,20			
	Narancs	138,49	33,13	0,48	0,16	0,00	6,80	0,00	0,01			
	U Tejeskávét	521,21	124,69	6,06	5,60	0,82	8,40	2,50	0,14	 		
	Zabpelyhes keksz	574,33	137,40	2,22	5,88	1,66	17,19	8,16	0,06	     		
	Összesen:	3 326,28	795,76	29,03	29,00	5,46	96,78	14,66	1,48			
2026. 02. 04. szerda												
(00480) Gyermek (1-3 év)												
R	Tej	234,08	56,00	3,00	2,80	0,41	2,65	0,00	0,07			
	Vajkrém, natúr	158,76	37,98	0,25	4,00	1,93	0,20	0,00	0,00			
	Kornspitz	352,00	84,21	3,00	1,00	0,13	15,25	1,01	0,25	 		
	Pritamin paprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00			
T	Limonádét	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00			
E	Sertés aprópecsenye	604,53	144,62	12,86	9,57	2,26	1,60	0,00	0,62			
	Zelleres brokkolifőzelék	1 009,02	241,39	8,60	9,60	2,32	28,32	0,00	0,25	  		
	Alma	116,33	27,83	0,32	0,32	0,00	5,60	0,00	0,01			





2026. 02. 04. szerda (00480) Gyermekek (1-3 év)	U	Citromos tea	27,46	6,57	0,01	0,00	0,00	1,59	1,50	0,00		
		Trappista sajtkrém	371,57	88,89	4,08	7,95	3,71	0,23	0,00	0,31		
		Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24		
		Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		Összesen:	3 422,31	818,73	37,08	35,80	10,88	82,03	5,01	1,75		
2026. 02. 05. csütörtök (00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Tej	468,16	112,00	6,00	5,60	0,81	5,30	0,00	0,13		
		Margarin	265,60	63,54	0,04	7,00	0,60	0,04	0,00	0,08		
		Molnárka, csíkos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
	T	Gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
	E	Zöldséges rizseshús	1 725,55	412,81	14,73	22,68	5,77	36,85	0,00	0,65		
		Mandarin	156,78	37,51	0,56	0,24	0,00	7,84	0,00	0,00		
	U	Epres gyümölcstea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
		Csirkemell sonka	6,84	1,64	0,23	0,00	0,02	0,03	0,02	0,03		
		Fehérkenyér	438,82	104,98	4,00	0,32	0,12	21,60	0,00	0,24		
		Retek	0,61	0,15	0,01	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00		
		Összesen:	3 201,28	765,87	25,59	35,84	7,32	79,86	8,02	1,13		





2026. 02. 06. péntek	(00480) Gyermekek (1-3 év)	R	Őszibarack-mangó tea	69,46	16,62	0,01	0,00	0,00	4,09	4,00	0,00		
			Vajkrém, zöldfűszeres	158,76	37,98	0,25	4,00	1,93	0,20	0,00	0,00		
			Félbarna kenyér	432,43	103,45	3,92	0,40	0,12	20,92	0,00	0,60		
			Zöldpaprika	32,76	7,84	0,48	0,12	0,00	1,20	0,00	0,00		
		T	Limonádé	44,22	10,58	0,00	0,00	0,00	2,59	2,50	0,00		
		E	Vagdalt pogácsa	435,52	104,19	9,99	4,29	1,35	6,28	0,00	1,21		
			Paradicsomos káposzta	960,31	229,74	6,50	8,44	0,92	31,18	3,00	0,79		
			Banán	351,02	83,98	1,04	0,08	0,00	19,36	0,00	0,04		
		U	Tej	351,12	84,00	4,50	4,20	0,61	3,98	0,00	0,10		
			Kockasajt	251,83	60,25	3,34	5,00	2,97	0,40	0,00	0,40		
			Kifli	171,30	40,98	1,41	0,11	0,04	8,55	0,00	0,16		
			Póréhagyma	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
			Összesen:	3 258,73	779,61	31,44	26,64	7,94	98,75	9,50	3,30		

.....

Bölcsődevezető

.....

Dietetikus

Az étlapváltoztatás jogát fenntartjuk!

Az egy év alatti kisgyermek reggelit, tízórait illetve uzsonnát életkoruk és
hozzátáplálás állapotától függően, a szülővel egyeztetve kapnak!

